あなたとわたしを つなぐ情報機関紙

健康と子どもたちの未来のために ● こうち生活協同組合

No.1366 組合員数/103,811人 [1月25日現在]

運営企画グループ 〒781-0013 高知市薊野中町16番8号

て応援!離乳食・幼児食には

らきらステッフ



きらきらステップは5ヵ月頃から3歳頃までのお子さま におすすめの「子どもがうれしい。私もうれしい。 家族がうれしい。」商品です

「ベビーフードをそのままあげるのには抵抗がある、でも全部手作り するのは大変・・・」という方のニーズに対応。手作りが楽になる素材加工品や、 月齢に合わせてかたさを調節したり、家にある食材と組み合わせたりして自由に 使える商品を提供しています。

月齢にあった商品でステップアップ!

きらきらステップ

きらきらキッズ



5ヶ月頃~1歳6ヶ月頃 1~3歳頃



きらきらステップ(離乳食期・幼児食期)ときらきらキッズはパッケージの色やデザインが違っていて、どの 商品を買えばいいかわかりやすくなっています。材料はグラムで小分けにされているので、使いたい分だ け使えて、子どもがどのくらい食べたのか管理もしやすくて、とっても便利です♪また、対象月齢が書か れているので、「そろそろステップアップかな?」と思った時に、お試ししやすい商品がたくさんあります!

幼児食期

わたしのおすすめ商品

国産野菜で作ったなめらかキューブ 5種の緑黄色野菜&根菜 5カ月

6個×2種入 (120g)



国産野菜を使用しているので安心して使え ます!冷凍で小分けされているので、使いたい ときに使いたい分だけ使用できて楽ちん♪ 離乳食期のめんどうな「野菜をつぶす」作業 を省くことができてとっても便利です!

みっくすきゃろっと 常温

100ml×3



子どもにそのまま飲ませることができて、ぐずった 時にすぐ渡せるのでお出かけや、忙しい時に重 宝しています!国産にんじんとくだもののみ使用 しているので、安心。我が家の子ども用ジュース は基本これのみです!(笑)

この他にもたくさんの商品をご紹介しています! 詳しくはこちらから ■



1000 000 000 000 000 000 000

離乳食

『根菜野菜の白和え』

(7ヵ月頃から)



○○ 国産野菜で作ったなめらかキューブ 5種の緑黄色野菜&根菜 …… (根菜) 2個 _ 電子レンジ 絹豆腐……30g

<つくり方>

①本品を加熱する。 ②豆腐はさっとゆですりつぶし、加熱した

本品を加え混ぜる。 できあがり☆

時短になって助かりました

元々料理が苦手で、離乳食作りが苦 痛だったのですが、きらきらステップを利 用するようにしてから、離乳食を作る時 間が苦痛ではなくなりました。手作りの サポートという感じが強く、罪悪感なく 使用でき、時短にもなるので私にとって は一石二鳥でした!また、きらきらステップ のパック麦茶は災害時に困らないように ローリングストックしています!

安芸支所 なっちさん



CLIVALLLe 今週お配りしている「ふぁみ〜ゆ」チラシをご覧ください。

「ふぁみ~ゆ」は、育児に関する商品(おむつやカフェインレス商品・アレルギー対応食品など)が多数 掲載されている、妊娠中の方や、子育て中の方におすすめのチラシです。登録すると、「ふぁみ~ゆ」 を隔週でお届けします。 登録番号 119962





Information

2021 年度

ライフプラン川柳 入賞者発表

お題「教育資金・健康づくり」

2021年度ライフプラン川柳に今年も、146句の川柳が寄せられました。 応募頂いた皆様ありがとうございました。どれも甲乙つけがたいカ作ぞろいでし たか、、選考の結果、最優秀1句、優秀2句、佳作5句を選ばせていただきました。 応募頂きました皆様には、参加賞として「コーすけエコバック」をお届けしました。 ※参加賞は、複数の応募があった場合も、お一人様お一つのみとさせて頂きます。

入賞おめでとうございます!

最優秀	コープ商品券 3万円分	味うすい 夫のダメ出し 塩対応	もびこさん
優秀	コープ商品券 5千円分	深呼吸 まず入れ替える 「心」から	水平線の かなたさん
優秀		資金繰り マスクするより 息苦し	ごじらさん
佳作	コープ商品券 2千円分	子の成長 膨らむ期待と 教育資金	リエリエさん
佳作		筋トレの YouTube見て ビール飲む	むね肉 マッチョさん
佳作		貯めましょう 息子は知識 親は金	悠ちゃんさん
佳作		痩せたいと 想えど遅し 検診日	とろるさん
佳作		困ったな お金は急に 貯まらない	はげみさん

お問い合せ/こうち生協 本部 こうち生協LPA事務局

集めて送って国際協力! 書損じハガキ 回収キャンペー

ハンガー・フリー・ワールド 書損じハガキで、世界の飢餓に苦し む人々を応援できます!

集めているもの

- ■年賀ハガキ・郵便ハガキ(書損じ・未使用)
- ■未使用·使用済切手
- ■ブルーチップ・グリーンスタンプ
- ■未使用テレホンカード・プリペイドカード
- ■商品券
- ■外国紙幣
- ■中古音楽CD・映画DvD・ゲームソフト
- ■ダイヤ・金・銀・プラチナ製の貴金属品
- ■Tポイント

5月31日までにお配りしている、 封筒に入れてご投函ください。

※こうち生協は、このキャンペーンに協力 しています。

牛乳パック・チラシ・カタログ回収に ご協力をお願いします。

生協が毎週お配りしているカタログや チラシは、配送時に回収しています。

『夕食宅配』利用しませんか 配達料無料!

ご注文は1週間単位(月~金)です。

旬彩コース 5日分 2.500円 (おかずのみ4品).

お弁当コース

(ご飯とおかず5品).....5日分 2,730円

おかずコース

(おかずのみ6品) 5日分 2.880円

八彩コース

(おかずのみ8品).. ...5日分 2,400円

お問合せ・お申込み/こうち生協 夕食宅配係 **1** 0120-994-981

注文書で募金を受け付けています

「1口 100円]

- ●東日本復興支援募金
- 蠽 1062
- ●ユニセフ・子ども食堂募金 | 2064
- ●ピースカンパ

蠿 1066

2月28日 月は1月分利用代金の 再引き落とし日です。

※再引き落としに手数料200円が 加算されます。



2月4回 とさのゆさん箱

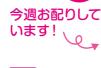


高知県内のおいしい物を、 たくさんご紹介しています!

いちごの季節です! 高知県産のいちごをたっぷり使用

高知県産のたまごを使った生地に、 アーモンドクリーム、高知県産のいちご のソース、つぶいちごをたっぷり敷き詰 め、スライスアーモンドをトッピング! しっとりとした生地に、甘酸っぱいいち ごの味が絶妙ないちごパイです。







ゆさん類の「では

ママの苺いっぱいパイ 🏰 1,780円 1ホール (直径約15cm) (税込価格 1,922円)

「とさのゆさん箱」の商品ご購入、1点につき1円が 「高知県子ども食堂支援基金」に寄付されます。

こうち生協の引越しサービス



お見積り無料!



全国対応

アート引越センター

基本料金の **30**%0FF

3月20日~4月8日は **10%OFF**

★ダンボール最大 50個まで無料



サカイ引越センター

基本料金の **20**%以上OFF

3・4月は繁忙期料金 となります。

★ダンボール最大50個 ガムテープ2個・布団袋2個

★無料訪問見積お申込みで、 お米(岩手県産ひとめぼれ) 1kgプレゼント!

高知発 単身パック

日本通運

単身パック 1BOXあたり

1.100円OFF

お問い合わせ 見積りお申込み

こうち生協 本部 サービス事業部 0120-994-942

受付時間 9:00~17:30 (月曜日~金曜日)

コープ共済 共済金の請求方法

ステップ1 まずはお気軽にお電話ください

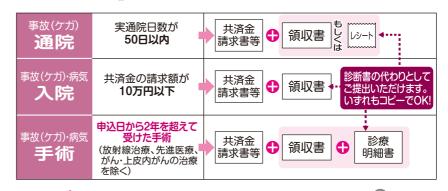
共済金に関するお問い合わせ・ご請求は コープ共済センターへお電話ください。

3年以内であれば 請求できます。

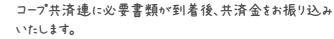
自己負担がなくても 請求できます。

ステップ2 請求に必要な書類をご用意ください

共済金請求のお手続きは、共済金請求書に加えて、生協所定の診断書等 が原則として必要ですが、下記の条件をいずれも満たす場合は、診断書の 代わりに領収書等でご請求いただけます。



ステップ3 共済金の振り込みをご確認ください





お問い合せ/コープ共済センター 130120-80-9431 午前9時~午後6時(年末年始休)

店舗 情報 よしだ・かもべ

2月の感謝祭

お買い得品 いっぱいの3日間!!

[木]

[金]

 $[\pm 1]$

お刺身がおいしい!

生協さんのお刺身はとってもおいしいと思います。 この頃ハマってよく買っています。我が家の近所のスーパーさんよりおい しいと思って、生協さんでお刺身を買っています。 店舗組合員さんより

お店のお買い得情報を 発信中!























